

## 週一嗎哪 午間查經分享祈禱會

2019年10月14日

By Robert J. Tamasy

### 為重要的事物「預留空間」

MARGIN: MAKING ROOM FOR THE IMPORTANT

雖然我們經常忘記要珍視「預留空間」這件事，它對我們日常生活的很多層面都非常重要。例如，打字頁面上的留白有助於眼睛專注於文字上，如果整張紙都被文字覆蓋，周圍沒有「預留空間」，閱讀就會很乏味，甚至根本做不到。

不幸的是，我們很多人都沒有意識到「預留空間」在我們的財務和日程表上的重要性。即使知道無法處理所有的事，我們也會盡可能地把時間表填滿。於是到最後，我們累積了無數壓力。

一個名為 Gather Ministries 的組織提供了這樣的訊息：「『預留空間』是我們為了維持生產力、穩定性和完整性，而保留下來的時間、金錢或其他事物。『行程表上的『預留空間』』是指預留休息、獨處和與他人相處的時間。『財務上的『預留空間』』意味著在自己的財務能力範圍內生活，甚至在必要時改變生活方式。『工作上的『預留空間』』則是專注在我們該做的事情上，排除那些我們不需要做的事。」

很多人都會問：「行程表『預留空間』？財務『預留空間』？工作『預留空間』？這是什麼？！」因為我們的生活方式充塞著承諾、義務和花費。我們工作過度，只為要買更多我們自認為需要的東西。在這個過程中，我們犧牲了更重要的東西：例如人際關係、個人身體和精神恢復的時間、體驗真實而非短暫的快樂，以及最重要的，在動盪世界中持久的平安。

---

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: [enquiry@cbmc.org.hk](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://www.cbmc.org.hk)

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

## 週一嗎哪

### 午間查經分享祈禱會

儘管我們的社會文化鼓勵我們追求忙碌的生活方式，但聖經告誡我們要採取相反的做法：減速、休息、停下夠長的時間來享受這一刻。約伯記的幾位主要人物說出了我們大多數人都有共鳴的話：「我不得安逸，不得平靜，也不得安息，卻有患難來到。」（約伯記 3 章 26 節）但生活可以不是如此。以下是聖經告訴我們的一些事情：

**花時間休息。** 很多時候，工商社會的口號就是：「做點什麼、任何事都好——現在就做！」有時候，當天的壓力似乎壓跨了我們，我們所能做的最好的事情就是按下「暫停」鍵，等待上帝要我們做的事情。「你當默然倚靠耶和華，耐性等候他。」（詩篇 37 章 7 節）

**花時間尋求上帝。** 我們如果經常忙於日常生活和行程表，就很容易忽視上帝以及祂在我們生活中的地位。但是當決策懸而未決、危機迫在眉睫時，有時候最好的對策就是反直覺行動。我們可以拒絕瘋狂工作，反而如詩篇 46 章 10 節所說：「你們要休息，要知道我是 神！我必在外邦中被尊崇，在遍地上也被尊崇。」

**專注於永恆的事物。** 許多時候，我們努力工作和用睡眠換來的成就，很容易隨著時間失去價值與意義。「你們為何花錢（原文是平銀）買那不足為食物的？用勞碌得來的買那不使人飽足的呢？你們要留意聽我的話就能吃那美物，得享肥甘，心中喜樂。」（以賽亞書 55 章 2 節）

以上帝的優先為優先。當我們把上帝放在首位並努力按照祂的指示行事時，祂有辦法豐盛有餘地滿足我們日常所需。「你們要先求他的國和他的義，這些東西都要加給你們了。」（馬太福音 6 章 33-34 節）

© 2019. Robert J. Tamasy 是企業巔峰: 給今日職場從箴言而來永恆的智慧 一書的作者。也與導師之心的作者 David A. Stoddard 合著 Tufting Legacies。編輯多本著作包括 Mike Landry, Bob 的書: 透過苦難成長。Mike Landry, Bob 的網站為 [www.bobtamasy-readywriterink.com](http://www.bobtamasy-readywriterink.com), 他的雙週部落格為: [www.bobtamasy.blogspot.com](http://www.bobtamasy.blogspot.com)

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址: 香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: [enquiry@cbmc.org.hk](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://www.cbmc.org.hk)

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

# 週一嗎哪

## 午間查經分享祈禱會

---

### 分享討論

- 第一、你如何定義生活和工作中的「預留空間」？你有在生命中「預留空間」嗎？請解釋你的答案。
- 第二、有哪些原因使我們無法在日常生活「預留空間」？
- 第三、你能如何在生活中「預留空間」？如果想更多地在生活中「預留空間」，需要做什麼必要的改變？
- 第四、如果想更多地為生活「預留空間」，挪出更多「空間」給突發狀況以及更重要的事物，聖經的哪一段經文對你最有幫助？這段經文如何幫助你？

如想要閱讀更多關於這個主題的經文，請參考以下內容。

#### 王上 3 章 7-15 節

- 3:7 耶和華—我的 神啊，如今你使僕人接續我父親大衛作王；但我是幼童，不知道應當怎樣出入。
- 3:8 僕人住在你所揀選的民中，這民多得不可勝數。
- 3:9 所以求你賜我智慧，可以判斷你的民，能辨別是非。不然誰能判斷這眾多的民呢？
- 3:10 所羅門因為求這事，就蒙主喜悅。

---

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: [enquiry@cbmc.org.hk](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://www.cbmc.org.hk)

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

---

## 週一嗎哪

### 午間查經分享祈禱會

- 3:11 神對他說：「你既然求這事，不為自己求壽、求富，也不求滅絕你仇敵的性命，單求智慧可以聽訟，
- 3:12 我就應允你所求的，賜你聰明智慧，甚至在你以前沒有像你的，在你以後也沒有像你的。
- 3:13 你所沒有求的，我也賜給你，就是富足、尊榮，使你在世的日子，列王中沒有一個能比你的。
- 3:14 你若效法你父親大衛，遵行我的道，謹守我的律例、誠命，我必使你長壽。」
- 3:15 所羅門醒了，不料是個夢。他就回到耶路撒冷，站在耶和華的約櫃前，獻燔祭和平安祭，又為他眾臣僕設擺筵席。

#### 詩篇 112 篇 1-5 節

- 112:1 你們要讚美耶和華！敬畏耶和華，甚喜愛他命令的，這人便為有福！
- 112:2 他的後裔在世必強盛；正直人的後代必要蒙福。
- 112:3 他家中有貨物，有錢財；他的公義存到永遠。
- 112:4 正直人在黑暗中，有光向他發現；他有恩惠，有憐憫，有公義。
- 112:5 施恩與人、借貸與人的，這人事情順利；他被審判的時候要訴明自己的冤。

#### 箴言 8 章 18-21 節

- 8:18 豐富尊榮在我；恆久的財並公義也在我。
- 8:19 我的果實勝過黃金，強如精金；我的出產超乎高銀。
- 8:20 我在公義的道上走，在公平的路中行，
- 8:21 使愛我的，承受貨財，並充滿他們的府庫。

#### 以賽亞書 33 章 5-6 節

- 33:5 耶和華被尊崇，因他居在高處；他以公平公義充滿錫安。
- 33:6 你一生一世必得安穩—有豐盛的救恩，並智慧和知識；你以敬畏耶和華為至寶。

#### 提摩太前書 4 章 8 節

- 4:8 「操練身體，益處還少；惟獨敬虔，凡事都有益處，因有今生和來生的應許。」

---

本文版權為正直資源中心 (Integrity Resource Center, Inc.) 所有。本文獲得授權改編自「瑞克·博克思的正直時刻 *Integrity Moments with Rich Boxx*」。這系列的文章是以一個基督徒的觀點評論職場的正直議題。全文翻譯出自台灣總會。

由香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd) 逢週一發放

地址：香港九龍彌敦道 580G-K 號彌敦中心 9 樓 905 室 Tel: (852) 2805-1923 Fax: (852) 3747-6218

Email: [enquiry@cbmc.org.hk](mailto:enquiry@cbmc.org.hk) Web: [www.cbmc.org.hk](http://www.cbmc.org.hk)

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格 <http://www.cbmc.org.hk/images/download/online-offer.pdf>

---